

NON SOLO FRA DI NOI

Realizzato presso i Centri Diurni "Articolo Uno"
Spoleto Centro Civico S. Nicolo' tel 0743.44217
c/o ilcerchio.net - mail giraffa21@gmail.com

ARTICOLO UNO
CENTRO CIVICO
S. NICOLO' **UNO** SPOLETO

Unirci è un inizio,
mantenersi uniti è un progresso,
lavorare insieme è un successo.

Anonimo del '700

Se fossimo capaci di unirci...
quanto bello e vicino sarebbe il futuro.

Ernesto Che Guevara

magazine settimanale
per la Zona sociale n. 9 della Regione Umbria
del periodico Impegno Sociale

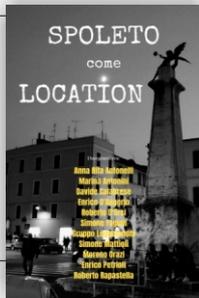
Impegno
SOCIALE

n° 738

tiratura **300** copie

Spoleto 29 novembre 2019

LIBRI
SETTIMANA



noi l'abbiamo trovato
alla sala Frau di Spoleto
Domenica 1 dicembre ore 11

Il risultato è un bel libro, dal titolo "Spoleto come Location". Il punto che collega tutte le storie, è infatti la città di Spoleto, che funziona da catalizzatore di emozioni.

Molti i generi proposti dagli autori.

Si passa dal noir, all'avventura, al fantastico, alla poesia e molto altro. Fra gli autori c'è anche un gruppo di ragazzi che ha deciso di costruire insieme un racconto attraverso la storia di Spoleto nei secoli passati. Una prova molto interessante.

Un libro da leggere per apprezzare la buona scrittura e soprattutto le nuove proposte.

Da <https://www.duemondinews.com/>



Sono iniziate le... vedi a pag.2

IL PUNTO

pag. 1 (qui)

UNA DATA IMPORTANTE

pag. 1 (qui)

MENO ZUCCHERO PIÙ MIELE

pag. 1 (qui)

SPOSTIAMO IL MONDO...

pag. 2 (dietro)

AUGURI & OROSCOPO

pag. 2 (dietro)

CHE EMOZIONE...

pag. 2 (dietro)

KETCHUP CASALINGO

pag. 2 (dietro)

IL PUNTO

Più che questa edizione, ad essere davvero sinceri, l'attesa è per la prossima e più ancora per gli appuntamenti nei giorni tra queste parole e quelle che pubblicheremo nella prima edizione di dicembre, esattamente venerdì 6.

Il primo appuntamento è per il primo giorno di dicembre. Domenica "uno", presentazione del volume "Spoleto come location". Ed è già una buona storia quella di persone che amano la lettura e la scrittura e spendono le parole per raccontare, immaginare e ri-immaginare la nostra Spoleto.

Ma più forte ancora è la forza delle parole se autori e autrici sono (anche) quelli della "nostra" Leggolandia presenti con un loro racconto. Alle ore 11 alla sala Frau "leggeremo una pagina della storia, con un sottofondo musicale scelto da noi, mentre verranno proiettate delle diapositive di noi in attività... saremo anche intervistati dal presentatore", questo l'appuntamento sul desktop della nostra redazione... e magari la prossima news sarà che "Leggolandia" diventa una attività "formale" del progetto socio-educativo e riabilitativo dei Centri a cui, come per altre attività, possano partecipare tutte le nostre ragazze e i nostri ragazzi (...e pazienza se magari dovremo chiamarla "leggoterapia").

Il secondo appuntamento è praticamente in offerta speciale, come dire "due al prezzo di uno". Il 3 dicembre è fissata la nostra ultima redazione aperta di questo 2019, ma il 3 dicembre è anche la Giornata Internazionale dedicata ai Diritti delle Persone con disabilità. Abbiamo volutamente fatto coincidere le due date e con l'occasione lanciato l'invito alle più diverse persone ai più diversi livelli di responsabilità.

Come al solito abbiamo esagerato inviando mail, "pec" e scartafacci anche molto in alto. Ad ora nessun riscontro, male che vada saremo comunque... non solo fra di noi!

UNA DATA IMPORTANTE

di Millicose

Martedì 3 dicembre è la giornata internazionale delle persone con
continua a pag 2

MENO ZUCCHERO, PIÙ MIELE

di Davide B.

Il metodo di dolcificazione è diventato sempre più un tema
continua a pag 2



UNA DATA IMPORTANTE segue da pag. 1
 disabilità, istituita nel 1981 per promuovere una più diffusa e approfondita conoscenza sui temi della disabilità. La giornata del 3 deve ricordarci l'importanza di valorizzare ogni individuo e di abbattere le barriere che limitano diritti imprescindibili. L'appuntamento annuale offre pertanto l'occasione per valorizzare in tutti gli ambienti sociali il diritto degli individui ad una partecipazione piena ed attiva alla vita lavorativa, culturale, artistica e sportiva. Anche noi ragazzi di Mille Cose, su suggerimento del nostro capo redattore, abbiamo organizzato, per quella giornata, un incontro volto a riunire tutti i servizi per approfondire il tema della disabilità.

Al contrario non c'è praticamente nulla di più naturale del miele per dolcificare gli alimenti, ma avendo un potere dolcificante ed un apporto calorico maggiore dello zucchero bisogna moderare le quantità.

La sola controindicazione è che in cottura può assumere un gusto leggermente amarognolo.

Preferite sempre quello da produzione biologica ed ecologica.



AUGURI & ZODIACO

Il 23 Novembre fa il suo ingresso il segno del Sagittario che ci accompagnerà fino al 21 Dicembre.

Il Sagittario è il nono segno dello zodiaco è governato da Giove, è un segno maschile e il suo elemento è il fuoco.

Il segno del Sagittario è quello, nello zodiaco, che ha maggiore propensione all'esplorazione del diverso o del lontano da sé.

Un nato sotto questo segno è quasi sempre uno sportivo: non è capace di stare fermo e risulta affascinante proprio per questa sua "sfuggevolezza" e voglia di avventura.

Facciamo gli auguri a Vanni, Michele, Alessandro e a tutti i nati sotto questo segno.

CHE EMOZIONE... la presentazione

di Leggolandia

Sabato primo dicembre, noi di Leggolandia, abbiamo un imperdibile appuntamento! In rappresentanza del gruppo, io, Fabrizio e Corrado, con Albina, Stefania e Silvano ci recheremo alla Sala Frau dove si terrà la presentazione del libro "Spoleto come loca-

tion", la raccolta di racconti, autoprodotta da undici autori spoletini, tra i quali ci siamo anche noi, con la nostra storia "Dario e la macchina del tempo".

E' prevista la lettura di un breve estratto dalla storia, un brano musicale da noi scelto come sottofondo ed una proiezione di diapositive di noi del gruppo mentre facciamo attività. Il moderatore ci farà poi anche alcune domande per farci conoscere al pubblico presente! Non vediamo l'ora, siamo molto felici per tutto questo, per noi del gruppo, per Millecose e per tutta la cooperativa il Cerchio...infatti vogliamo ricordare che i proventi ricavati dalla vendita del libro, saranno devoluti ai servizi della cooperativa! Che emozione!!!

Dunque, intervenite numerosi alla Sala Frau, domenica primo dicembre, ci farete tanto felici!!!

KETCHUP CASALINGO

di Articolo uno

Tagliate a pezzetti mezzo chilo di pomodori maturi, mezza mela e mezza cipolla e passate tutto al mixer.

Portate a ebollizione 100 cl di aceto con 2 grani di pepe, un chiodo di garofano e un pizzico di cannella.

Dopo un paio di minuti filtrate, unite il passato, un pochino di paprika in polvere e 40 g di zucchero.

Fate addensare sul fuoco fino a raggiungere la giusta consistenza.



"Spostiamo il mondo in avanti" è l'appello con cui Ban Ki-moon, segretario generale delle Nazioni Unite, ha concluso nel 2015 il discorso in occasione della Giornata Internazionale delle Persone con Disabilità

MENO ZUCCHERO, PIÙ MIELE segue da pag. 1
 importante nell'organizzazione alimentare quotidiana, nella ricerca di prodotti che sostituiscano lo zucchero raffinato.

E' bene ricordare che per arrivare ad avere il suo aspetto bianco e cristallino subisce una lunga serie di procedimenti chimici: viene trattato con calce, anidride carbonica, acido solforoso e poi cotto, raffreddato, cristallizzato, centrifugato, filtrato, decolorato e ricolorato con l'uso di coloranti.



Stampanti Ecologiche per il tuo ufficio



0755004906 - info@multicopia.it - www.multicopia.it

non solo fra di noi
 direttore editoriale giorgio raffaelli
 supplemento a
Impegno Sociale
 anno XVI - dicembre 2013
 Direttore editoriale: Sandro Corsi
 Direttore Responsabile: Arnaldo Casali
 Pubblicazione Reg. Tribunale di Terni
 il 13 novembre 2003 n. 11/03